# MENÚ COMEDOR (2013-14)

| SEMANA | | | LÚNES | MÁRTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 1 | 1º | Salmorejo con huevo duro | Gazpacho | Crema de verduras | Ensalada variada | Ensalada con frutos secos |
| | | 2º | Pasta con verduras tomate y queso rallado | Lentejas con verduras y calabacín frito | Pescado frito con patatas al horno | Arroz caldoso | Estofado de ternera |
| | 2 | 1º | Ensalada | Garbanzos con verdura | Salmorejo | Cazón en adobo con lechuga | Ensalada lechuga |
| | | 2º | Macarrones boloñesa | Berenjenas fritas y queso | Empanada de pescado | Arroz con pechuga de pavo y tortilla francesa | Filete empanado con patatas |
| | 3 | 1º | Revuelto de Espinacas | Ensalada con queso | Crema de zanahoria | Salmorejo | Ensalada |
| | | 2º | Espaguetis carbonara | Potaje de habichuelas con chorizo (Opcional) | Merluza con patatas al horno | Arroz con salchichas y tomate | Albóndigas de ternera con tomate y arroz |
| | 4 | 1º | Ensalada variada | Ensalada con huevo duro | Pescado con ensalada | Arroz con verduras y queso al horno | Ensalada |
| | | 2º | Lasaña | Potaje de lentejas | Crema castellana | Calamares con lechuga | Pollo al horno con patatas |
| | 5 | 1º | Ensalada con atún | Salmorejo | Ensalada con queso | Tomate aliñado con queso fresco y aceitunas | Ajo pollo de patatas |
| | | 2º | Guiso de pollo con macarrones | Cocido andaluz | Cazuela de fideos | Arroz con carne y verduras | Lomo al horno en salsa |

-La comida va acompañada de pan semi-integral y frutas variadas de estación.
-En las ensaladas: semillas de sésamo, de girasol y frutos secos (almendras, nueces, dátiles, avellanas)
-Las ensaladas variadas llevarán vegetales de estación
-El menú podrá variar a falta de algunos productos
-Por favor, avisar en cocina de las alergias de sus hijos/as
-Nuestro menú también constará de: Ensalada campera, Huevo relleno, Tortilla patatas, Tortilla de espinacas, empanada de carne y espinacas